（接三三九頁「醬之製法」稿）較昂，渠不知有甜醬後，製之甚易也。

（一）醬菜瓜　醬菜瓜俗呼醬瓜，製時用嫩菜瓜十斤，切成四格寸長之小斷，再直剖之，去瓜瓤，宜淨，法用銅錢刮之。不可下水，用鹽漬之，約一日，取出略晒，常晨入甜醬內醬之，速則一星期，遲則旬日即可食，味異常鮮美。可永貯於甜醬內。

（二）醬香瓜　於七八月時，購香瓜頭，以銅板刮瓢甚淨，用鹽漬一日，略晒，入甜醬內醬半月，即可食，可晒乾收藏。

（三）醬萵苣　於萵苣上市時，購萵苣刮去外皮，用鹽漬於大瓮內，略晒，入甜醬內醬之四五日，即取出曝乾，捲成盤狀，並夾玫瑰花瓣於其中。然後貯於罐內，隨時可取食。

（四）醬刀豆　有刀豆時，購之洗淨，略晒乾，入甜醬缸內醬旬日，即可取食。

（五）醬萊菔　萊菔即蘿蔔，購之切能條狀，先用鹽漬之，再略晒，先入水醬，再入甜醬缸，三日即可食。

（六）醬生薑　最好取嫩生薑，用竹筷刮去皮，入水內洗淨，切成一二分厚之片，用線片片穿之，入甜醬缸內醬之，數日即可食，並可永貯醬內。

（七）醬瓜皮　用西瓜外皮，切能手掌大，薄一二分，先用鹽漬，再入水醬缸，赴宿即可食。檢好者醬於甜醬內，同時取出曝乾收藏。

辦事疲憊　精神不振

▲原因　▲治法

此種情形無人不有。原因大致爲（一）遺精滑精之後（二）戒煙將斷或初絕（三）房事之後（四）操勞過度（五）身體虛弱。醫治之法不外補養。在未復原前。應稍得藥力之助。惟切勿購市上提神藥品。因易成癮。滑頭補藥則無濟於事。徒損金錢。余素有此病。日前承同事薛魯先之介紹。至南京路五十四號林孚公司醫藥部購得「八卦健身丸」一瓶。計五角。未服其半業已全愈。蓋該藥王道。滋補虛損。長養精神。對於上述病原尤見成效（王保康）按此藥北四川路上海大戲院隔壁三和分公司亦有出售

須知

本報擔保定閱滿意　否則退報還洋

□攝影畫報爲全國首屈一指之畫報▲足以增進優美之生活

□全用活體字黃銅版紙排印▲報界創舉

（林澤蒼主幹）

攝影畫報

圖文雙絕　印刷驚人　宗旨純正　信用卓著

精神飽滿　成績過人　風行七年　大衆歡迎

本報特殊優點　▲爲他報所辦不到者

一、用活體字排印。空前報紙
二、自定黃銅版紙。專給定戶
三、外國技師製印。異常清晰
四、創照書本格局。可訂成書
五、婦女閱者特多。合其心理
六、迎合青年胃口。透切深刻
七、七年從未停頓。足證可靠
八、闢攝影研究欄。討論斯術
九、介紹電影圖文。並列歌譜
十、有趣味有價值。十全十美

尤爲婦女所愛閱▲更受青年之傾倒

報癮　定閱本報者三五年而不斷。每來函贊許本報內容之特別精良。魔力極大。致閱「本報成癮」云。蓋本報爲中國唯一有趣味有價值之美術刊物。華麗漂亮時髦新派。又多貴族新聞兼重婦女生活與學生消息。且資本雄厚。主持者有學識經驗及人格。處處考究。精益求精。確與他報不同。只求閱報者滿意而不願張牡之浩大。蓋本報志在宣傳美化。普及推廣。絕非牟利性質至於信用則更爲穩固七年按期出版。定閱者已有數萬餘名。均可爲證外。又得華商三和公司與中國攝影學會聯合擔保。故諸君不必遲疑。速即定閱

全年報費二元五角但若聲明試閱此廣告附特價僅收二元（國外僅加一元）郵費揹裝手續費均在內。請掛改址等不另收費。函索試閱報附郵二角即掛號寄已出版之本報七期（值洋四角）函索樣張附郵四分即晒。定購者可略知內容。且有「相見恨晚」之感想也。　攝影畫報啓　上海南京路五十六號

本報全用此種活體字排印美麗可愛更能滿意

乒乓用具唯一發售處

乒乓界注意

本公司最早創售乒乓用具對于各式樣研究有素深知玩乒乓者之心理各各不同特製備乒乓用具多種以便賜顧之仕女任意選擇焉

新出標準圓方五夾乒乓板　每塊六角
短柄長柄軟硬木質四五夾乒乓板　每塊五角
標準三夾乒乓板　每塊四角
標準乒乓網柱　每對三元
標準國貨綫織乒乓網　四角及六角
國貨聯環牌乒乓球　每只一角四分
國貨乒乓球　每只一角
協會乒乓球　每只二角
Y.A.乒乓球　每只一角五分
乒乓規則　每册一角

華商三和公司獨家經理
□總公司　上海南京路五十六號
□分公司　北四川路上海大戲院隔壁

燙金硬面

報夾出售

本館爲顧全愛讀本報諸君起見。不惜重資。首先創用人造硬皮精製報夾一種。面上印成報頭金字。精潔異常。鮮艷奪目。置之案頭。既大方。又華麗與大辭典格式。一般無二。全年可得四百餘頁。不致散失。本報讀者不可不備一付。每付大洋五角。（定戶聲明定單號碼只收七折）上海南京路五十六號攝影畫報常識報合啓

華商三和總公司啓事

本公司經營中外貿易進出口貨批發及另售計分下列各部
□門市部　爲便利顧客特另闢一部另售各貨擬設分部於各中區地 [illegible]
□代辦郵購部　專以便利外埠顧客與華僑。信用卓著取佣五厘。
□推廣部　有推銷各種貨物之能力。並代售貨品。不另收廣告費。
□彙寄售書報。

□總公司　上海南京路五十六號（電話一九四一九）□星期日休業
□分公司　北四川路五〇五號（電話四五二〇四）□每晚九時止

本報爲信用通告

常識報出版信用與金錢上之保責完全。概由本公司及本報聯合擔任。特此通告閱定者與讀者不必顧慮。

三和公司　攝影畫報　同啓

本報是青年之良友　社會之導師

常識

胡適題

第三〇五期

（民國十九年十月廿一日）

■每份售洋二分■

館址（上海南京路五十六號）

■定報價目　每三日出一張本外埠六個月一元半全年二元半寄費在內國外定報照價加一元郵票代現九五計值

■廣告價目　每期每格（共計五方寸）一五元均排於新聞之旁如嵌入新聞中及長期面議

本期要目

（一）野外賽跑
（二）倒霉軍閥的出洋
（三）不說了
（四）只要受得下
（五）零零碎碎
（六）豈幻
（七）簡便常識
（八）編輯者言
九）壓迫死
（十）對男子說
（十一）三姑六婆
（十二）醬之製法（續）

倒霉軍閥的出洋

（毅毅）

講到出洋這椿事，也可以說喜事，也可以說悲事，有拿金錢買來，有不費分文反可大發一筆橫財。前面的是大半爲着國內沒有高深的教育想到外國去見識見識的留學生，後面的是客串了一回一旦失敗的倒霉軍閥，拿到盤千萬國帑用到外國去，他的名目還是去「考察」，總之冇好有歹。

拿國帑到外國去使用誠然不能說十惡不赦，借着「考察」美名到外國去消遙以欺國人爲最可恨。在本國弄得走頭無路而逃出去「考察」這種虛心自謙的求智識，我們中國未曾有，借外國一塊土來暫容一下，一旦有發展機會又跑轉來串一下，外國是他的後台，安之若素，這種後台不擋駕，只有繼續產生這種人才。國家不竭力交涉，這種人才決不死路一條！

□野外賽跑□

野外賽跑，最合於秋冬季，亦最有興趣之一項運動；是項運動在我國不甚普遍，偶或有之，大都在廣平大道上練習，其實野外賽跑之原意，並不如此，要經過山川叢林岩石田野小徑斜不平之地，而達目的地，方可叫野外賽跑。

「野外跑距離」野外跑實行於各國競技界中其意味有二。（一）當作自身之直接競技。（二）於季節運動外，在冬期中作爲中距離或長距離跑者之補助運動。

野外賽跑之距離雖有種種，照原來國際運動會之標準，爲一萬米突，在美國大學中身體孱弱之學生或大學一年級之學生，每年只準比賽一次，每次三哩，其他學生則每年準比賽一次，每次可六哩。

「走法與練習法」野外賽跑與短距離完全不同，因野外跑須經山川叢林等種種障礙，或凹凸不平之地，上體須向前灣，登丘陵時，體向前傾，增加其推進力，下山時體向後方保持正常之姿勢，步幅與跑道上之長距離跑大概相髣髴，但遇險經之處，則稍異，足尖先着地，踵部僅助以推進。野外跑可助其他競技運動，緣以橫渡溝壑時，須利用跳躍力，穿過森林中荊棘障礙物，須利用跳躍，是故野外跑須常練習跳遠等技術。

「服裝及跑鞋」在冬季練習野外跑，上身衣服以短袖薄衫，外罩羢衫，足部穿毛製線襪，鞋以薄布底或有輪齒橡皮底，以平時穿舊之鞋，不宜新鞋練習。

「附言」美國中距離運動家麥拉氏，常在冬期中練習野外跑，蓋野外跑不僅可養成長距離之耐久力，實中距離之最好補助運動。（張仲鶴）

標準美術鏡框

本公司創製『標準美術鏡框』係各種外國木邊所製。既可橫排又可直排。備有二張紙框。可配在任何八寸與十寸之照片。另有一種配用於六寸及明信片者。價目自四角至三元。

□三和公司啓　上海南京路五十六號　北四川路五五〇號上海大戲院隔壁三和分公司

不說了（冷公）

一個人在失意的時候或環境靠不住的當口，往往會担起虛病來，這種病在雲霧撥開見青天的時候便逃走，不消要問問他的苦酒味兒也可和那……不說了

□只要受得下（李廣第）

社會上生存的人，那一個沒有牢騷，「不如意事常什九」正告訴人不要過於暴跳，受人家譏誚謾罵，只要記，不要氣，往往有些人一旦被人觸怒，便挺身而起，到了後來却忘得乾淨，這才可恥。我們要能夠受得下，能安穩穩的實地做去，認清方向自己努力，那末受人家輕侮就是自己的名師，自己得着刺激才能奮發，我們要養成這種工夫才是有志青年。

某君他自己告訴人說幼時在學校裏被一個頑劣的同學打得面上皮破血流，某君回家告訴父親因爲和一個同學頑耍，他要我的東西，我拒絕了便動手打我。這是明明吃虧了，某君很氣，他父親不以爲意對他說：「一個人祇要記，不要氣，一校的同學有好有歹，祇要能自己去選擇，他打了你沒有人去指導教正他，就是他的吃虧，你受了他的打，就是告訴你不能和他頑，現在你們還在讀書，將來立身社會，受着一次吃虧，就是得到一次教訓，不過要記牢，來改革自己」某君說到現在還把這些話記着•

零零碎碎

天氣已很冷了，各種夏布衣服，都落伍了，但各種皮什麼衣服呀，呢什麼貨呀，及一切什麼衣服又要出世，棉的衣，對於美麗的衣服上，發見了臟燭油點，實是太不美觀了，現在只要白紙一頁，放在油點上，用熨斗來烘一下子，就可除得乾乾淨淨呢•

× × × ×

假使我們一不留心被沸水冲破了皮膚，一時發痛，以致發腫，現在只要我們用些洋油塗上，就可不痛也不腫

× × × ×

我們用礮或是用礮基煮東西，到了火將滅時，再欲發火，實在很難的，並且所謂愈性急火愈難着，現在只要我們用一把鹽撒上，就可起火了•（陸昌煦）

個人的自由，與社會利益，自古以來，其中就有一種衝突，這種衝突，不單限於兩性及生產問題，雖然在這個問題裏面，更爲曉然明白。這種衝突，雖然能發於個人與他人之間，但是亦可以發生於個人自身的內部•
摘錄「戀愛與結婚」的一段•

「豈幻」（悲秋生）

悲秋生夜獨坐，方廢書而歎，曹子冷冰翩然入，顧而言曰：「君何於洋場十里，夜市方興之候，獨居是室，廢書而歎，殆悲秋乎？」曰：「昂藏七尺，既不能聞鷄聲而起舞，更未能以衷曲之幻托毛錐傳之盡，是以有所感，非敢言悲，君少座一，冷冰聞其語，言卜似重有憂者，地書拾之起「視其書顏曰一豈幻「，沁視良久，似亦有所感，執帽欲辭，忽一童持一報捲至，退而復入，顧，言曰，一君所言，吾已盡得，始閱之報，殆能而一豈幻「相嗰，余不能陪矣，明日來「，悲秋與方欲起送之出，忽童鄉報於前，略惊而醒，兒生呼阿母奶，悲秋生異曰：「是夢也」，顧天已大方，披衣起，則日報置狀前，視之多淫，盜，打明哀嗚之聲似猶在耳，回思夢境，殆亦「豈幻「，言耶！怪之，亟捉筆述夢境告冷冰入常識•中

悲愁生此作，殆亦眞悲秋乎？「豈幻「者其亦有耶？是則我亦願痛讀•冷冰謹按•

簡便常識

▲小兒急慢驚風，弔眼撮口，搐搦不定者是，用代赭石，火燒醋淬十次，細研，水飛，日乾，每服一錢或半錢，煎直金湯送下，連進三服，候兒腳壓上有赤斑，即是驚氣巳出，病自愈也，無斑點者不可治•

▲精滑善遺，用龍背，蓮鬚，芡實，烏梅肉各等分，爲末，山藥丸如小豆大，每服三十丸，空心米飲下•

▲脫肛，肛脫在外面也，用萬年青煎湯薰洗，再以五倍子炙燥研末，敷之即愈•

▲猝然吐血，急止之方，用細生地三錢，生大黃三錢，研末，開水送下即愈•

▲治九種心胃氣痛，用瓦楞子肉，煨乾研末，每服一錢，開水送下，立止•

編輯者言

□這一期似乎精彩得多了，不過我們的希望還是離開得很遠。「我們是封建色彩以外的刊物，對於成熱的稿件，有價値的常識，都誠懇的歡迎。「我們因爲覺着現在被壓迫民衆之痛苦，以後常常要附刊一「花花色色」一欄，讀者有不容嘸默，或開所未開之奇事，都可到「花花色色」裏來吶喊。□

□林澤蒼高維祥合著□
趣重實用　無師自通　增廣
攝影良友
確能解決各種攝影難題
『袖珍攝影良友』早經售罄。多著者修訂擴充編輯。增加最新材料十萬餘言。由爲各國攝影專書之精華。附成績美滿之藥方表式等。爲著者多年之經驗。尤趨重實用。無顧此失彼之弊。著現已出版、特價。精裝四元半。寄費在內。五百七十四版頁。保滿意。裝。業已出書。最新發明『四露光計時儀』準確可靠。每只五角。千代售及上海大戲院隔壁三和分公司。
上海南京路第五十六號
中國攝影學會出版部

她與他

此書係採用深刻入微之筆法。尖銳犀利之描寫。正是針針見血。字字含珠。揭發男女陰私之假面之。披露新派情場之黑幕。宜佈驚異性青年具衝突。語語懇切透眀。字字譏刺心。幷附男女心理圖說。閱之痛快有趣。是「情場教科書」乃下列十二集之彙刊(一)戀愛教課(二)透明言論(三)女性觀察(四)針針見血(五)情海南針(六)情場圖解(七)銀海警鐘(八)如何解決(九)透徹精語(十)愛的試驗(十一)錦囊豔屑(十二)異性衝突

預約每冊四角　南京路五十六號攝影畫報啓

常識大全出版

乃常識報自第一期至六十期之報。特將六十期中報。一一分門別類。編訂成書情。內容異常豐富。將許多秘訣。靈方盡導宣佈。多爲日常必需之學識。又爲勸書指迷與改良生活。實爲人人必讀之良書讀者用時即一小段。人已足超過。本用代價。現已出版。該書厚約一寸許。利洋裝訂。封面印有金字。故攜帶便購定價一元五角。特價一元。外埠函另加寄費一角二分。

上海南京路五十六號本報啓

婦女生活

漫話

有個老學究找到一本新文藝書籍很奇怪的對她女兒說：「把你的婚姻取消，否則死也」，他的女兒急得上氣接不到下氣說：「什麼」！老學究很怒的說：「你看，這本書不是寫着「結婚是戀愛的墳墓」！

壓迫死

日昨余往親戚處，閒中談及一樁受壓迫下而死者之一女同胞，聞之殊爲憐惜，歸乃援筆記之，爲全國一般女同胞告，以下即余之親戚所談事•

某氏有一女，（暫隱其名），將嫁之日，含淚走跪母前而請之曰，「所適非人，毋甯死」，母曰，「我負人巨，非賴女不能償吾債，汝暫忍痛苦，以望將來，彼雖老而昏，但黃白物滿堂，大有可爲也，」久之，彼一病而終，女奔訴於母，母不動聲色，且慰之曰，「是汝之幸福也，可勿悲，余已爲汝另覓得佳婿矣，」女仆地大哭曰，「天賦我一生之愛情與快樂，早爲母摧殘兌換盡矣，何復言幸福耶」言畢，乃觸階而死。（下河嚴雅琴女士）（不受酬）

對男子說

處女膜者，女子所最寶貴者也，據過來人語，凡係處女，其第一次交合，必有紅色發現，所謂紅色者即衝破處女膜之結晶也，然依照醫家判斷，謂處女膜不能作爲是否處女之標準，是則不能以紅色之有無而定爲處女之是否破身也明矣•頃閱新聞報附刊有因處女膜而自殺之女子，婚纔三日，竟以死聞，亦云慘矣，先是女過門之第一夕，雙方交合，後因女無紅色發現，致爲乃夫所疑，冷嘲熱諷，女不堪忍受，固於第三晚服鴉片自盡，聞女士平日頗潔身自好，是則女士之死，實爲乃夫缺乏普通常識也•吾人「未結婚者」凡過對方係非處女，日應不答既往，予以諒解，蓋處於現在人慾橫流之秋，男子之失足，所難免，女子哉。然自變方訂婚後，則須尚嚴格保守，須知貞操之可貴也。（莫子馨）

……一個行業中，所以出一個狀元，便是他能夠把精神，金錢，能力，都用在正當的事業上，用實際工夫，眞確本領，纔能成功立業。可惜目下大好老太多了，你要爭權，我要奪利，各爲自已，鬧個不休，外面空張聲勢，內中早已氣餒心虛了，假使大家以精神，金錢，能力，都用於社會的建設上，用於造福人羣的事業上、那麼，五年小成，十年大成，任何勢力，都是不怕•
摘錄機聯會刊十七期二十四頁的一段

花花色色

□三姑六婆（嚴司德）

華成路同康里有個老太婆，其實還沒有多少年紀，一家四五口，沒有生意，總是莫名其妙生活着，後來一調查，曉得老太婆是「仙人「！就是三姑六婆一頰，專替人家推驚，還有捉鬼的把戲，她能夠「看香頭一騙鬼，附近居民凡小兒有病，都去請教她，弄神疑鬼，相信得十足！這個老太婆，也有二個兒子，年紀二十外，天天在家裏抽大煙！全靠老太婆供給，老太婆還是露「賣經」來，賣經就是人家小兒有病，叫她去弄神疑鬼賺回之後，她便說要老爺面前燒銀子，於是隨她一口要幾十幾百元，脫口而出！毫不相讓風頭之開，莫與之景！老太婆家裏住的是三層樓，按月足三百元開銷，都靠她的「老爺一！城內有二叫袁家觀音堂，裏面也是一個老太婆，著名的個家叫她袁家娘娘，她的捉鬼治病的把戲還要利大有一次某姓家主婦生的是膨漲病，很相信她的害道，給她在家裏捉鬼，弄得花樣百出，見所未王，把四十九只酒杯在地上，能夠在上面走，臨見還有從裏面房門敲起，東礎凶擊直到大門口，走是驅掉鬼，弄得鬮宅不安，老太婆却盤盤的賺說數百元！這位和鬼作怪的主婦，在不多時死了了•我們看了這兩個老太婆的謊謬，一面固然歎人民之無智，被其邪言所愚，一面深歎禁止和取締迷信之成續又如此！像本文前面所說的老太婆還地處租界，那位袁家娘娘出風頭的橫行在華界，沒有人出來于涉覺得「奇哉「！

家庭最切實之常識

醬之製法（續）

製甜醬菜

甜醬菜爲食粥時之妙菜，而滬地售價（續四三〇頁）

最新發明

□法國遺精驚人

法國淫風槪盛、青年犯『遺精』『滑精』幾有百之九五。近有法醫學博士新發明一種遺精藥。極爲驗效。惟爲迎合華人體氣。由八卦製藥社參和數十年經驗之秘方以適配華人之體質。專治『夢遺』與『滑精』。不特清火立止遺精。且兼能培本固體。可根本復元。現歸上海南京路五十四號林孚建業公司總經理。每瓶五角。可作七服。代價實極廉。較之他藥三四服而售一二元者。實足多也。
北四川路上海大戲院隔壁三和分公司亦有出售